

HÚT THUỐC Ở TUỔI THÀNH NIÊN GÂY BÉO PHÌ KHI TRƯỞNG THÀNH

Bạn có nhớ hình ảnh những cô gái trẻ trung sành điệu phì phèo điếu thuốc trong phòng vệ sinh của các trường học? Đây là mặt trái của thói quen này: Những người hút thuốc vị thành niên có xu hướng béo phì khi trưởn

Những cô gái thành niên hút 10 điếu thuốc một ngày hoặc hơn có nguy cơ mắc chứng béo phì ở bụng cao hơn. Ở tuổi trưởng thành, vòng eo của họ lớn hơn 1,34 inch so với vòng eo của người không hút thuốc, theo nghiên cứu được công bố trên tạp chí Public Health số tháng 2 năm 2009. Tuy nhiên, việc hút thuốc ở tuổi vị thành niên không phải là nguyên nhân mang lại vấn đề về cân nặng đối với đàn ông.

Các nhà khoa học biết mối tương quan giữa cân nặng và sự hút thuốc ở phụ nữ, tác giả chính của nghiên cứu Suoma Saarni, nhà nghiên cứu thuộc Khoa Sức khỏe cộng đồng tại Helsinki, cho biết.

(Ảnh: iStockphoto/Mitar Gavric)

Tuy nhiên, bà cho biết thêm: “Chúng tôi không biết tại sao hút thuốc không ảnh hưởng đến cân nặng của đàn ông trong khi lại ảnh hưởng đến cân nặng của phụ nữ”.

Nghiên cứu theo dõi những cặp song sinh được sinh từ năm 1975 đến 1979 với những câu hỏi được gửi đến cho họ ít ngày trước sinh nhật lần thứ 16 của họ. Các nhà nghiên cứu thu thập thêm dữ liệu về 2.278 phụ nữ và 2.018 đàn ông khi những cặp song sinh sinh đến độ tuổi 20.

Các nhà khoa học tìm hiểu những cặp song sinh để ghi nhận những yếu tố di truyền ảnh hưởng đến việc hút thuốc và cân nặng. Một nửa số người tham gia chưa hề hút thuốc bao giờ, và 12% là những người từng hút thuốc ở vị thành niên. Khoảng 15,5% đàn ông, và 9,4% phụ nữ hút ít nhất 10 điếu thuốc một ngày.

Cho đến thời điểm những người tham gia đến độ tuổi 20, vấn đề về cân nặng trở nên rõ ràng. Đến độ tuổi 24, khoảng 24% nam giới và 11% nữ giới thừa cân. Tuy nhiên, những người đàn ông hút thuốc không có xu hướng thừa cân hơn so với những người không hút thuốc.

Những phụ nữ hút hơn 10 điếu thuốc một ngày có xu hướng thừa cân gấp 2,32 lần so với người không hút thuốc.

Sự khác biệt này có thể về mặt sinh học hoặc xã hội. Về mặt sinh học, có thể rằng hormone giới tính và thuốc lá tương tác khác nhau ở con gái và con trai.

Sherry Pagoto, giáo sư tâm lý học tại Đại học y Massachusetts, cho biết: “Linh cảm của tôi là phụ nữ thường hút thuốc để kiểm soát cân nặng, đặc biệt là khi trẻ. Khi bỏ thuốc, một trong những lý do họ tăng cân là họ ăn nhiều hơn. Họ bắt đầu ăn quà vặt trong những thời gian họ thường sử dụng

để hút thuốc".